



つむぎだより No.72

＝週末断捨離＝

次年度に向けて気持ちも一新したいと思い、自宅の片付けを始めました。

毎週末場所を決めて片付けを実施。洋服は着なくなったものをリサイクルに出し、引き出しの中をきれいに整頓。積み上がっていた本は、読んだものとそうでないものに分けて、見やすく整理しました。

引っ越して5年も経つと不要なものが増えてきますね。中には買っただけで使っていないものや買ったことさえ覚えていないものもありました(笑)。きちんと整理していれば、活用できたものもあつたはずですが…。

週末毎に物が減り、片付いてきたので、新年度は気持ちよくスタートできそうです。断捨離、お勧めです！！ (川東)



★2026年4月号

1、「働き方改革関連法施行後5年の総点検」の調査結果

働き方改革関連法施行後5年の総点検として、厚生労働省が行った「労働時間に関する調査」の結果をご紹介します。

労働者、企業ともに、現状維持を望む割合が最も多い結果となりました。それぞれの回答割合と、その回答を選択した理由として多かったものは以下の通りです。

◆労働者の意識意向(有効回収数3,000)

①増やしたい、やや増やしたい

全体の10.5%

- ・「たくさん稼ぎたい」(41.6%)
- ・「自分のペースで仕事をしたい」(19.7%)
- ・「残業代がないと家計が厳しい」(15.6%)

②このままでよい 全体の59.5%

- ・「自分の仕事と生活のバランスを変えたくない」(44.3%)
- ・「収入を維持したい」(32.0%)
- ・「これ以上労働時間が増えると体調に影響が出る」(16.3%)

③減らしたい、やや減らしたい

全体の30.0%

- ・「自分の時間を持ちたい」(66.7%)
- ・「自分の健康を害しないため」(39.6%)
- ・「長時間労働をしても収入が割に合わない」(30.0%)

◆企業ヒアリング調査(有効回答327)

①増やしたい 53社、全体の16.2%

- ・「業務の性質の観点から」(29社 53.7%)
- ・「受注量を増やす観点から」(9社 16.7%)
- ・「労働者希望の観点から」(9社 16.7%)

- ②このままでよい 201社、全体の61.5%
 - ・「現業務量との観点から」(178社 80.9%)
 - ・「労働者の健康確保・ワークライフバランスの観点から」(22社 10.0%)
 - ・「人材確保・定着の観点から」(20社 9.1%)

③減らしたい 73社、全体の22.3%

- ・「人材確保定着の観点から」(22社 44.9%)
- ・「労働者の健康確保・ワークライフバランスの観点から」(18社 36.7%)
- ・「人件費抑制の観点から」(9社 18.4%)

なお、「労働者側から“労働時間を増やしたい”との声があがるか」という問いに対して「あり」が140社、「なし」は187社でした。今後の動向に注意が必要です。

【参考】厚生労働省 「働き方改革関連法施行後5年の総点検」の調査結果を公表します
https://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000073981_00060.html



★各種保険料率の変更★

★雇用保険料は4月分から引き下げです。

会社負担分:(0.90% → 0.85%)

本人負担分:(0.55% → 0.50%)

※一般の事業の場合

★4月分からは、先月号でお知らせした

「子ども子育て支援金」が開始されます。給与計算の際には、ご注意ください。

＝季節のコラム＝

春は旅立ち、観光の季節。乗り物に乗る前に『駅弁』を購入される方も多いと思います。

最初の『駅弁』は、明治18年に宇都宮駅で販売された、竹の皮に包まれた握り飯2個とたくあんの「駅売り弁当」なのだそうですが、今の様に折詰に入った駅弁は、明治23年に姫路駅で売られたものだとか。1960年代をピークに、列車の高速化による停車時間や目的地への移動時間の短縮などの様々な要因から、業者の撤退・廃業が相次ぎましたが、デパートなどで全国の有名駅弁を集めて販売する、いわゆる「駅弁大会」は現在も人気があります。

乗り物に乗らなくても、ご当地の駅弁を食べることで、ちょっとした旅気分を味わえますね。(鹿島)



社会保険労務士法人つむぎ

〒540-0012

大阪市中央区谷町2丁目1番22号

フェアステージ大手前ビル7階

電話: 06-4397-3358

FAX: 06-4397-3359

Email: info@sr-tsumugi.or.jp

営業時間

平日 9:00～18:00

HP: <https://sr-tsumugi.or.jp/>

2、4月から協会けんぽの健康診断で変わること

令和8年4月から協会けんぽの健康診断の内容が、次のとおり変わります。

◆人間ドック健診の補助新設

35歳～74歳の被保険者は、人間ドック健診に最高25,000円の補助が出ます。検査項目は、生活習慣病予防健診に「血液の詳しい検査」「眼圧検査」「医師による健診結果の説明」などが加わり、健診の選択肢が広がることとなります。

◆若年層を生活習慣病予防健診の対象に

生活習慣病予防健診の対象者が従来の35歳～74歳から拡大され、20歳、25歳、30歳の被保険者も対象となります。検査項目は、生活習慣病予防健診から「胃・大腸の検査」が省略(自己負担額上限2,500円で受診可能)されるだけですので、若いうちから自身の健康に向き合う機会が増えることとなります。

◆骨粗鬆症検診の新規導入

40歳～74歳の偶数年齢の女性被保険者を対象として、問診および腰や腕、かかとなどで骨量(骨密度)を測定する検査が補助対象に追加されます。自覚症状がない

骨粗鬆症を早期に発見することができるようになります。

◆「節目健診」の導入

従来の35～74歳の被保険者を対象とした一般健診および付加健診の検査項目を統合し、新たに「節目健診」が新設されます。対象は、40歳・45歳・50歳・55歳・60歳・65歳・70歳の方です。

◆被扶養者に対する健診の拡充

令和9年度からは、被扶養者に対する健診が、被保険者に対する人間ドックや生活習慣病予防健診と同等の内容に拡充されます。

これを機に職場に周知されてはいかがでしょうか。

【参考】全国健康保険協会「新しい健診のお知らせ」<https://www.kyoukaikenpo.or.jp/LP/2026kenshin/>



3、今月のおすすめ本

今回ご紹介する本は、『傲慢と善良』(辻村深月/朝日文庫)です。婚約者の突然の失踪をきっかけに、人が恋愛や結婚の相手を選ぶときの心理や、誰の心にもある「傲慢」と「善良」の両面が描かれた物語です。読み進めるうちに「人は相手を見ているつもりでも、実は自分の価値観や世間の基準で人を判断しているのではないかと考えさせられます。多くの人は、善良でありたいと思っています。しかしその善良さの中に、無意識の思い込みや傲慢さが潜んでいることもあるかもしれません。本書は、人を評価することと、人を理解することの違いを問いかけてくれます。

職場でも家庭でも、人にはそれぞれの背景があり、事情を抱えて生きています。相手を理解しようとする姿勢が、信頼関係を築く第一歩になるのではないかと感じました。人を喜ばせる会社が増えれば、社会はもっと良くなる。そんな会社づくりを支えることが、私たちの仕事なんだと改めて感じさせてくれる一冊でした。ぜひ、読んでみてください。(川端)

